

まだまだ元気になります！

家族との生活を継続し、ご自身でできることを増やしていくために、2024年10月7日よりすこやか生野通所リハビリのご利用を開始されました。いつも前向きなご姿勢のM様は、パワーリハビリ5機種やP-WALK、リハビリに熱心に取り組まれており、歩行能力も着実に向上されています。Pウォークは利用当初は2分程度でも疲労が見られましたが、現在では6分継続しても疲れを感じることなく取り組まれております。また、ピックアップを使用してのトラック歩行も、当初は数メートルでしたが、今では約100mまで歩行可能となっています。新しいお車の納車を控え、乗り降りの練習にも励まれており、ご家族とのお出かけを楽しみにされてるご様子です。今後もご家族とともに明るく生活を送っていただけるよう、スタッフ一同、前を向いてサポートしてまいります。



M様（パワーリハ歴9ヶ月）

体力測定	2024年10月	2025年7月
握力（右）	28.6kg	30.6kg
座位体前屈	35.0cm	35.0cm
TUG	205.3秒	71.1秒

医療法人アエバ会 老人保健施設
すこやか生野

入所・短期入所
06-6717-8002 (代表)

通所リハビリテーション
06-6717-8003 (直通)

居宅介護支援事業所
06-6717-8033 (直通)



<https://www.aeba.or.jp>

すこやか生野

検索

無料見学体験会随時実施中！

お気軽にお問い合わせください。



すこやか生野 通所リハビリテーションの取り組み

第24回 日本自立支援介護・パワーリハ学会での発表を終えて

2025年6月7日・8日に東京で行われた日本自立支援介護・パワーリハ学会にて演題「買い物に行きたい」を発表しました。すこやか生野通所リハビリの利用者様で、骨折のため入院されていましたが、退院後、ご自身で買い物に行きたいという目標に向かって、多種職で取り組み、実現できた内容を報告しました。

取り組みの内容は、すこやか生野が取り組んでいる自立支援介護の水分・食事・運動・排便の4つの基本ケアについての聞き取りを行い、買い物にいく目標の店までの距離を明確にし、水分量・運動量の増加を目指しました。水分を摂る習慣がつくことにより、水分摂取量が増加し、排便にもいい影響がみられました。また歩行量が増えることにより、歩行が安定し、屋外歩行の不安感もなくなり、利用者様の自信へと繋がっていきました。今は週に1回、訪問介護で付き添いのもと買い物に行かれています。聞き取りにより課題と目標を明確にし、取り組めた事が目標を実現できたと考えます。

大会では、全国の介護施設から発表があり、どの施設のスタッフも関わる方々を元気にしたいというエネルギーに溢れ、刺激を受けました。すこやか生野も引き続き、多種職と連携を図り、自立支援介護・パワーリハビリで元気になって頂けるよう努めて参ります。



自立支援介護について

すこやか生野通所リハビリでは、利用者様の『身体的』『精神的』かつ『社会的』自立を達成し、改善または維持するよう、健康や活動性を支えるための食事：1,500Kcal/日、水分：1,500ml/日、毎日から2.3日に1回の自然排便、運動を目標に利用者様、家族様に働きかけを行っています。

お困りごとがあれば、いつでもご相談下さい。

☎ 06-6717-8003 (通所リハ直通) 担当：木村

すこやかKITCHEN note

～すこやか生野のキッチンで調理している食事レポートです！～

今回は快調メニューです

・ごはん・トマトのシチュー・玉子と小松菜のソテー・大豆サラダ

大豆とトマトスープは栄養成分が相補的で、一緒に摂取することで健康効果が高まります。大豆はたんぱく質が豊富で、体の組織を作りますが、トマトスープのビタミンCがその吸収を助ける役割を果たします。また、大豆の食物繊維とトマトスープの水分が腸内環境を整え、便秘解消にも効果的です。

担当者：管理栄養士 数内 彩

